

災害に備えよう

(最低3日分!出来れば1週間分×人数分)

9/1は「防災の日」

関東大震災が起こった日(1923年)でもあります。
これから台風が増える時期。
防災グッズを持っていない方はもちろん、
持っている方も食べ物の賞味期限
確認を含め見直しをしてみてください。

選べる
3種類



D-PRICE
さば味噌
さば味噌油
各 200g
98円
(税込 105円)

手軽に食べやすい
スティックタイプ。



D-PRICE
スティック
ようかん
8本入
189円
(税込 204円)

個包装で
保存しやすい!



カバア
アーモンド
チョコレート
190g
298円
(税込 321円)

個包装で
保存しやすい!



味の素
アミノバイタル
マルチエネルギー
180g
129円
(税込 139円)

備蓄は何が必要?

災害でライフラインが止まることを想定しましょう。

水の備蓄目安 (大人1人1日約3L) ⇒ 1週間 (2L飲料水約11本)
カセットボンベの備蓄目安 (大人1人1週間で約6本)

個包装で
使いやすい!



シンワ
e-ne おしぼり
100枚入
239円
(税込 262円)

感染症
対策にも有効!!



有本カティ
アルコール除菌ウェット
80枚入
69円
(税込 75円)

しっかり拭ける
大きな汚れに!!



システムポリマー
除菌ウェットティッシュ
25枚入
79円
(税込 86円)

始めよう!!

ローリングストック

ローリングストックは普段から
非常食品や日用品を

蓄える⇒食べる⇒補充
常に一定量の備蓄をすること。



ゴミ処理、
水害に最適!!
ワタナベ工業
90L透明
10枚入
269円
(税込 295円)

災害時の
強い味方!!



小池化学
マイクッカー
ボンベ
3P
329円
(税込 361円)

福岡県産地
小松菜

貧血予防 高血圧予防
骨や歯の強化 生活習慣病予防

青森県産地
サンつがるりんご

便秘改善 高血圧予防
美肌効果 生活習慣病予防

カンボジア産地
バナナ

便秘改善 高血圧予防
疲労回復 美肌効果

南アフリカ産地
グレープフルーツ

美肌効果 ダイエット効果
免疫機能の維持 疲労回復

【防ばい菌】
TBZ
イマザリル
フジタキニル
プロピコナゾール使用

オーストラリア産地
オレンジ

美肌効果 便秘改善
疲労回復 免疫力の向上

【防ばい菌】
TBZ
イマザリル
フジタキニル
プロピコナゾール使用

チリ産地
レモン

美肌効果 高血圧予防
疲労回復 免疫力の向上

ニュージーランド産地
グリーンキウイフルーツ

高血圧予防 腸内環境改善
免疫力の向上 老化予防

オーストラリア産地
オレンジ

美肌効果 便秘改善
疲労回復 免疫力の向上

純粋はちみつ
1000g
459円
(税込 495円)

免疫力の向上 腸内環境改善
疲労回復 美肌効果

疲労回復グリーンスムージー

レシピ (1人分)

小松菜1株
りんご1/2個
バナナ1/2本
水50ml

作り方

- ① 小松菜は根本を落とし、ざく切りにする。
- ② りんごは皮をむき、芯を除いて一口大に切る。バナナも皮をむき、一口大に。
- ③ ミキサーに材料を全て入れ、混ぜ合わせて完成。

3種の柑橘スムージー

レシピ (1人分)

★オレンジ2個
★グレープフルーツ1/4個
レモン1/2個
はちみつ大さじ1

作り方

- ① ★は皮をむき、一口大に切る。
- ② レモンは果汁を絞っておく。
- ③ ミキサーに材料を全て入れ、混ぜ合わせて完成。

健康サポートスムージー

レシピ (1人分)

★キウイ1個
★オレンジ1/2個
はちみつ小さじ1/2
水80ml

作り方

- ① ★は皮をむき、一口大に切る。
- ② ミキサーに材料を全て入れ、混ぜ合わせて完成。

※写真はイメージです。



残暑がつか〜い9月には冷たくておいしいスムージーがオススメ
ミキサー1つで簡単に出来て、材料の組合せで無限に楽しめます!!